

## Je goed laten informeren

15/12/2005

Je kunt soms in de verleiding komen die eerste sigaret op te steken alleen maar voor de sensatie die tabak geeft en te ontdekken of het net zo prettig is als men zegt dat het is...

Waarschuwing. **Tabaksverslaving is snel en geniepig.**Iedereen die rookt zal zeggen dat ze wilden dat ze nooit waren begonnen!

**De risico's voor je gezondheid zijn reëel en snel.** De voortekenen zijn zichtbaar zoals erectieproblemen of voortijdige veroudering van de huid.

Wil je meer weten over de gevaren en schadelijke effecten van tabak?

**Laat je informeren!** Tal van publicaties, institutionele websites en websites van associaties bieden je de nodige handreikingen om je niet tot die eerste sigaret te laten verleiden.

Praat eens met je beste vrienden en je familieleden die roken, hebben gerookt of proberen te stoppen. **Ervaringen van andere mensen zijn vaak zeer waardevol.**

Om jezelf tegen de gevaren van tabak te beschermen en om beter te kunnen begrijpen hoe gevaarlijk tabak echt is, raden wij je aan de links te bekijken die op deze website worden gegeven.

**Door je bewust te zijn van de gevaren van roken, zul je het niet eens willen proberen!**

---

Une initiative de l'Union Européenne

